

SPRING ROLL TOM YUM TOFU SEBAGAI INOVASI ONE DISH MEAL SEHAT

Yhola Kiki Nor Faridha¹, Siti Hamidah², Mutiara Nugraheni³

^{1,2,3} Universitas Negeri Yogyakarta

E-mail: yholakikinf@gmail.com

ABSTRAK

Tahu merupakan bahan pangan olahan dari kedelai. Penyajian tahu pada *one dish meal* (makanan sepinggan) di Indonesia kurang disajikan dengan ide inovasi. Oleh karena itu perlu didukung dan diadakan upaya inovasi tahu seperti penggabungan *fusion food* pada produk *spring roll* tom yum tofu yang sehat dengan isian sayuran. Tujuan dari penelitian ini untuk 1) mengetahui resep inovasi, 2) mengetahui daya terima masyarakat terhadap produk. Jenis penelitian menggunakan R&D (*Research and Development*) dengan desain 4D (*Define, Design, Development dan Disseminate*). Analisis data menggunakan statistik deskriptif. Secara keseluruhan tingkat kesukaan produk dari hasil uji kesukaan menghasilkan nilai rata-rata 4,6 dengan kategori disukai. *spring roll* tom yum tofu dapat direkomendasikan sebagai *one dish meal* sehat untuk memenuhi kebutuhan energi protein dan vitamin.

Kata kunci: Tahu, *Spring Roll*, *Tom Yum*, *One Dish Meal*

PENDAHULUAN

One dish meal merupakan makanan sepinggan yang berisikan karbohidrat, protein lengkap dengan lemak. Contoh *one dish meal* di Indonesia yaitu bakso, mie ayam, nasi goreng, bubur dan berbagai jenis soto. Berdasarkan Hamidah (2022), *one dish meal* yang beredar di Indonesia mengandung kalori yang tinggi, sehingga perlu diadakan inovasi atau perubahan komponen bahan yang lebih sehat [1], salah satu bahan pangan yang rendah kalori yaitu berbahan dasar dari tahu.

Tahu merupakan salah satu jenis makanan olahan yang berasal dari kedelai, tahu dapat dijadikan sebagai menu diet rendah kalori karena kandungan hidrat arang dan kalornya rendah [2]. Proses Kandungan protein nabati yang ada di tahu dapat membantu dalam mensuplai kebutuhan protein dalam tubuh [3]. Tahu sebagai salah satu makanan dari olahan kedelai yang terus berinovasi, mulai dari gorengan tahu yang dijual di pinggir jalan hingga sekarang digunakan pada menu-menu masakan di restoran besar [4].

Adanya era globalisasi membuat kuliner khas suatu negara dapat mendunia, misalnya nasi goreng sebagai makanan khas Indonesia yang juga dapat ditemui di berbagai negara lain. Oleh karena itu dalam memilih produk tidak ada batasan untuk melakukan inovasi dengan spesifikasi dari satu negara saja, dengan kata lain bahwa bahan lokal tidak hanya di aplikasikan kedalam makanan lokal atau tradisonal saja tetapi dapat diaplikasikan pada olahan negara lain. Pada pengembangan bahan baku tahu ini akan diterapkan pada makanan khas Vietnam dengan berbumbu khas Thailand.

Vietnam adalah salah satu negara yang terletak di wilayah Asia Tenggara [5]. Kondisi industri makanan olahan di Vietnam hingga akhir tahun 2008, menunjukkan perkembangan yang sangat pesat. Di pasar dunia sendiri, Vietnam menempati ranking ke 6 dari 10 negara eksportir terbesar untuk produk-produk berbahan baku makanan laut [6]. Bahan baku makanan laut merupakan komponen utama dalam pembuatan makanan khas Vietnam yang bernama *spring rolls*.

Spring roll adalah salah satu makanan khas Vietnam yang sudah mendunia dan disukai oleh berbagai kalangan. *Spring roll* yang bernama asli *Gỏi cuốn* ini berbentuk mirip dengan lumpia, namun *spring roll* tidak melalui proses penggorengan [7]. Hal ini yang membuat *spring roll* sebagai salah satu kudapan sehat, segar, dan disukai oleh para pecinta gaya hidup sehat. *Spring roll* disajikan bersama dengan saus yang gurih.

Thailand merupakan salah satu negara pada kawasan Asia Tenggara. Kuliner Thailand merupakan *nation brand* karena beberapa makanan yang ada di Thailand merupakan ciri khas yang tidak dimiliki oleh negara lain, beberapa diantaranya adalah *tom yam, pad thai, som sam, tom khagai, kao shoi, khaeng kio wan (green curry)* [8]. Masakan Thailand dipengaruhi oleh beberapa budaya yang menjadikan masakan Thailand menjadi lebih unik. Makanan panas dan pedas merupakan salah satu ciri masakan Thailand karena menggunakan cabai segar dalam setiap hidangan. Tujuan masakan Thailand adalah untuk menggabungkan berbagai rasa dalam setiap hidangan seperti pada hidangan *tom yum*. *tom yum* merupakan sup asam pedas berbumbu berisi daging [9].

Penganekaragaman konsumsi pangan khususnya konsumsi tahu harus didukung oleh inovasi yang semakin berkembang. Menurut Saputra (2023), inovasi merupakan bentuk upaya agar terus mengembangkan dan memperbaharui sesuatu melalui pengenalan ulang maupun baru dalam bentuk produk serta pemasaran [10], dalam penelitian ini fokus yang diteliti dan dikembangkan yaitu bahan baku tahu.

Penjualan tahu secara langsung memiliki harga jual yang rendah. Inovasi tahu merupakan faktor penting yang dapat meningkatkan penjualan produk, terutama pada aspek cita-rasa dan pengemasan [11]. Pengemasan Minat masyarakat untuk mengkonsumsi tahu selain sumber protein nabati lainnya berkurang ketika teknik olahannya hanya konvensional atau sederhana dengan cara digoreng atau dimasak

lauk pada sayur. Oleh karena itu untuk meningkatkan konsumsi pangan bahan baku tahu perlu didukung upaya pengadaannya yaitu melalui penyebarluasan *fusion food* dengan bahan baku tahu. *Fusion food* merupakan kombinasi makanan dari berbagai macam negara atau daerah dengan memadukan kombinasi resep, rempah, bumbu, bahan, hingga teknik olah secara sengaja sehingga menghasilkan citarasa baru yang unik [12]. *Fusion food* tahu pada penelitian ini dilakukan dengan menggabungkan makanan khas Vietnam yang berbumbu khas Thailand.

Tahu merupakan komponen dari jenis produk yang akan dikembangkan, namun kekurangan pada tahu ialah tahu tidak memiliki daya simpan lama. Tahu hanya mampu bertahan selama 1-2 hari saja jika disimpan di suhu ruangan. Setelah lebih dari sehari, rasa tahu akan menjadi asam dan terjadi perubahan warna, aroma, dan tekstur sehingga tidak layak untuk dikonsumsi [13]. Hal inilah yang mendasari penerapan *one dish meal* segar pemanfaatan tahu yang harus segera dikonsumsi pada hari itu juga. Harapan kedepannya sumber bahan baku dapat diolah dengan gaya baru sebagai pangan pokok peningkatan nilai bahan lokal. Melalui teknologi pengolahan pangan, tahu dapat dikembangkan menjadi berbagai olahan pangan yang bermanfaat guna penganekaragaman produk.

Pada penerapan pengembangan inovasi tahu yang kekinian, praktis dan sarat gizi, maka dibuatlah *spring roll* tom yum tofu dengan kulit *rice paper* khas Vietnam dengan isian tahu berbumbu *tom yum* khas Thailand. Pada tahapan ini proses penyajian tidak saja berupa penyajian makanan biasa tetapi ada tambahan lain, yaitu berupa penyajian pengalaman penggabungan kuliner [14]. Produk yang dikembangkan memiliki cita rasa manis, gurih, asam dan pedas. Disajikan dengan sambal Bangkok dengan tiga gulung yang dibelah menjadi dua sehingga tersaji enam potong *one-bite sized*. Saran penyajian *spring roll tom yum tofu* sebaiknya disajikan dingin agar lebih terasa segar. Pemanfaatan tahu ini diharapkan

dapat memenuhi kebutuhan masyarakat terhadap makanan dari sumber protein dan sebagai produk pangan kekinian inovasi tahu bernilai jual tinggi yang menyehatkan.

METODE

Jenis penelitian ini yaitu penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) dengan menggunakan model 4D yang terdiri dari *Define* (Definisi), *Design* (Desain), *Development* (pengembangan), dan *Disseminate* (Penyebarnya) [15].

Kegiatan pada tahap definisi adalah identifikasi permasalahan dengan menganalisa masalah yang terjadi dari mengumpulkan berbagai macam literatur dengan kesimpulan tahu sangat memerlukan inovasi pengolahan. Inovasi harus dikembangkan seiring dengan berjalannya waktu karena hakikatnya manusia mudah bosan dan menginginkan hal yang baru. Selain analisa pasar, pada tahap ini dilakukan pengumpulan sumber ide panganekaragaman yaitu pembuatan *fusion food spring roll tom yum tofu*.

Tahap desain meliputi menetapkan resep awal pengembangan produk mengacu pada resep *spring roll* khas Vietnam. Awal mula mencari resep *spring roll*, kemudian resep tom yum dan inspirasi modifikasi isian sayuran.

Tahap ketiga yaitu pengembangan. Tahap ini bertujuan mendapatkan resep tetap yang telah divalidasi melalui berbagai tahapan. Produk divalidasi oleh dua validator ahli pada bidang boga.

Penelitian ini dilakukan di Salakan, Potorono, Banguntapan, Bantul. Dimulai dari Bulan Februari hingga Mei 2021. Bahan dan alat yang digunakan dalam penelitian ini meliputi bahan dalam resep *spring roll* seperti tahu putih, *rice paper*, mentimun, wortel, kol ungu, bumbu tom yum dan sambal Bangkok serta borang uji mutu sensoris.

Tahap terakhir yaitu Penyebarnya dengan panelis untuk mengukur hasil uji organoleptik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Kajian Proses Pengembangan Produk *Spring Roll Tom Yum Tofu*

Proses pengembangan produk ini dimulai dari mencari resep terbaik. Setelah dilakukan uji coba berupa penggantian isi dengan mengganti *seafood* dengan tahu dibumbui *tom yum*, produk ini ditambah dengan isian sayuran berupa mentimun, wortel dan kol ungu. Tahu di produk ini sebagai bahan utama dengan komposisi yang paling besar. Setelah melakukan beberapa kali uji coba pengolahan dan resep, maka terpilih resep paten *spring roll tom yum tofu* yang menghasilkan produk dengan bentuk lonjong seperti lumpia.

Tabel 1. Bahan *Vietnamese Spring Roll*

<i>Vietnamese Spring Roll</i>	
Tahu Bacem	300 gram
<i>Rice paper</i>	10 lembar
Wortel	100 gram
Kol ungu	100 gram
Timun	100 gram
Seledri	25 gram
Gula	5 gram
Garam	½ sdt
Lada	½ sdt
Sambal Bangkok	50 gr

Tabel 2. Bahan Tahu Bacem

Tahu Bacem	
Tahu Putih	300 gram
Gula jawa	100 gram
Garam	½ sdt
Bawang putih	7 siung
Bawang merah	14 buah
Daun salam	2 lembar
Lengkuas	5 cm
Air	700 ml
Minyak goreng	500 ml

Pada awal mula, resep yang diajukan yaitu *spring roll* tahu bacem, tetapi setelah validasi terdapat saran untuk mengganti ke bumbu yang lebih kekinian di kalangan masyarakat yaitu bumbu tom yum.

Validasi produk pada penelitian ini dilakukan oleh dua orang dosen ahli di bidang boga melalui presentasi *online* serta validasi

organoleptik orang terdekat di lingkungan rumah dengan menambah ide masukan isian, ukuran, warna, rasa hingga kemasan.

Warna produk ini yaitu bening pada luar, dengan isian oranye dari wortel, hijau dari timun, kecoklatan pada tahu, dan ungu dari kol. Aroma yang dihasilkan aroma bumbu dari tahu karena bahan lainnya tidak memiliki aroma. Rasa yang dihasilkan yakni rasa gurih dari tahu *tom yum* dan rasa segar dari sayur yang lain. Tekstur produk ini lunak pada kulit (*rice paper*) dan tahu *tom yum*, sementara pada wortel, kol dan timun bertekstur renyah sebagai pembeda variasi tekstur, meskipun begitu *spring rolls tom yum tofu* mudah dikunyah.

Resep dan proses Pembuatan Spring Roll Tom Yum Tofu:

Tabel 3. Bahan Vietnamese Spring Roll

Vietnamese Spring Roll	
Tahu <i>Tom Yum</i>	300 gram
<i>Rice paper</i>	10 lembar
Wortel	100 gram
Kol ungu	100 gram
Timun	100 gram
Seledri	25 gram
Gula	5 gram
Garam	½ sdt
Lada	½ sdt
Sambal Bangkok	50 gram

Tabel 4. Bahan Tahu Tom Yum

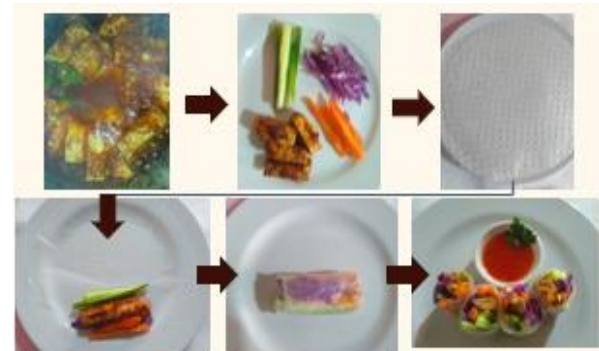
Tahu Tom Yum	
Tahu Putih	300 gram
Garam	½ gram
Bumbu <i>Tom Yum</i> instan	20 gram
Bawang putih	3 siung
Daun jeruk	2 lembar
Serai	1 batang
Cabai rawit	2 buah
Air	50 ml
Minyak goreng	20 ml

Proses pembuatan:

1. Tahu berukuran 2x2x4 cm ditumis dengan bumbu penyusun *tom yum*, tambahkan air lalu rebus selama 20 menit agar bumbu meresap. Angkat.

2. Rendam wortel dan kol ungu dalam air panas, tambahkan gula dan garam.
3. Rendam *rice paper* dalam air hangat selama 5 detik.
4. Bentangkan *rice paper*, susun tahu *tom yum*, mentimun, kol ungu dan wortel yang telah dipotong seukuran korek api.
5. Gulung seperti proses pembuatan lumpia. Potong menjadi dua bagian.
6. Sajikan dengan sambal Bangkok.

Proses pembuatan produk berikut disajikan dalam diagram alir Gambar 1.



Gambar 1. Proses Pembuatan Spring Roll Tom Yum Tofu

Produk olahan tahu tidak dapat bertahan lebih dari 24 jam, sebab tahu memiliki kandungan air yang mempermudah mikrobia berkembang dan mengakibatkan pembusukan. Maka dari itu, pada penyajian *spring roll tofu* ini diharapkan disajikan pada hari itu dengan kurun waktu kurang dar 24 jam.

Harapan pada penjualan penyebarluasan produk ini adalah dengan membuka *outlet* yang tersebar di seluruh penjuru daerah, dengan penjualan yang menerapkan standar resep sehingga sewaktu sampai di tangan pembeli, produk *spring roll tom yum tofu* ini selalu segar.

Pada pencegahan kesalahan pada pemahaman konsumen, sebaiknya produk tahu dikemas dengan baik, sehingga manfaat kemasan dapat melindungi produk, dapat memperpanjang umur simpan ataupun dapat meningkatkan nilai jualnya secara optimal [16]. Oleh label yang digunakan pada produk didesain supaya lebih menarik, informatif dan dikenal masyarakat luas. Berikut merupakan kemasan *thinwall* transparan berlabel yang

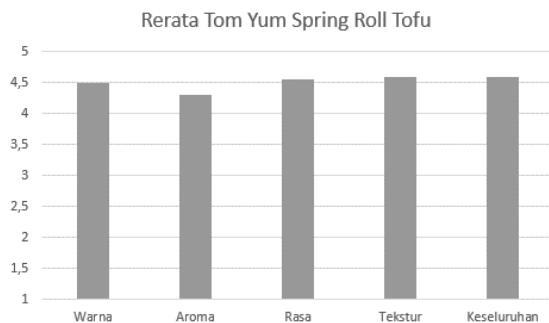
digunakan pada produk *spring roll tom yum tofu*:



Gambar 2. Kemasan berlabel *Spring Roll Tom Yum Tofu*

B. Hasil Uji Kesukaan Produk

Uji kesukaan pada produk *spring roll tom yum tofu* ini menghasilkan produk yang diinginkan dengan cita rasa segar, asam, gurih dan manis. Data pengujian validasi produk diperoleh dari borang yang diserahkan kepada masyarakat. Borang uji sensoris yang telah diberikan kemudian diisi penilaian tentang karakteristik sensori produk standar dan produk modifikasi dari segi warna, aroma, tekstur, rasa, keseluruhan serta saran dan perbaikan. Data yang diperoleh berupa pengamatan serta saran dan perbaikan, hasil akan dianalisa secara deskriptif kualitatif.



Gambar 3. Nilai Rerata Uji Kesukaan Panelis Terhadap *Spring Roll Tom Yum Tofu*

Berdasarkan uji kesukaan produk *spring roll tom yum tofu* diketahui bahwa nilai rerata dari warna sebesar 4,5 yang berarti disukai dengan perpaduan warna ungu, hijau, coklat dan oranye. Pada aspek aroma mendapat nilai sebesar 4,3 yang berarti disukai dengan aroma yang tidak berbau asam tahu. Pada rasa mendapat nilai 4,55 yang berarti disukai dengan rasa sesuai kriteria, yaitu gurih, asam, segar dan manis. Untuk tekstur sebesar 4,6 angka ini

paling besar dikarenakan tekstur perpaduan renyah dengan lunak sehingga para panelis menyukai hal tersebut. Pada aspek terakhir yaitu keseluruhan mendapat nilai sebesar 4,6 yang berarti termasuk ke dalam kategori disukai panelis.

Dapat disimpulkan bahwa produk *spring roll tom yum tofu* dapat diterima masyarakat sesuai dengan kriteria yang diinginkan. Produk ini sarat akan protein yang terkandung dari tahu serta vitamin dari sayuran penyusun. Panelis menyukai karena memiliki sensasi baru, segar dan menyehatkan. Produk ini dapat dijadikan menu *one dish meal* yang sehat sebagai konsumsi sehari-hari karena sederhana dan praktis pada teknik olah dan cara mengkonsumsinya.

KESIMPULAN

Resep acuan pada produk pengembangan yang digunakan disubstitusi dengan tahu 100% serta perubahan resep sudah sesuai dengan kriteria yang diinginkan. Aspek yang dihasilkan memiliki karakteristik yang sesuai yaitu memiliki warna kecoklatan, oranye, hijau dan ungu, beraroma segar, dan memiliki tekstur lunak serta renyah.

Penerimaan masyarakat terhadap produk *spring roll tom yum tofu* memiliki nilai rerata 4,6 masuk dalam kategori “disukai”. Sehingga produk yang dihasilkan dapat diterima oleh masyarakat menjadi salah satu produk inovasi olahan tahu yang sehat dan segar.

Daya terima terhadap produk *spring roll tom yum tofu* yang menggunakan bahan lokal yaitu tahu disukai oleh masyarakat. Oleh karena itu pada penelitian selanjutnya di masyarakat dilakukan sosialisasi dalam pembuatan produk dari tahu atau bahan lokal lainnya agar dapat dimanfaatkan untuk membuat berbagai olahan kekinian dari tempe/bahan lokal lainnya terutama bidang jasa boga.

REFERENSI

- [1] P. N. Hamidah, "Meningkatkan Kecerdasan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Lunch Box (Bekal Makanan) Di Ra Darul Istiqomah," *Prosiding Lokakarya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo*, vol. 1, pp. 51–62, 2022.
- [2] D. P. Wibowo, S. Musdhalifah, S. N. Fitriansyah, and H. W. Kelana, "Pembuatan Pangan Fungsional Tahu dengan Penambahan Ekstrak Buah Campolay (*Pouteria campechiana*) sebagai Antioksidan," *Prosiding Seminar Nasional Diseminasi Penelitian*, vol. 1, no. 1, pp. 229–237, 2020.
- [3] M. Destalia, "Penerapan Sociopreneur Pada Industri Tahu Di Kelurahan Ganjar Agung Kota Metro," *Administratio: Jurnal Ilmiah Administrasi Publik dan Pembangunan*, vol. 9, no. 1, pp. 51–56, 2018, doi: 10.23960/administratio.v9i1.64.
- [4] I. Ariska, "Analisis Strategi Pengembangan Usaha Tahu Rumah Tangga di Kelurahan Dadimulyo, Kecamatan Kisaran Barat, Kabupaten Asahan," *Skripsi Fakultas Pertanian USU*, 2019.
- [5] M. G. H.-Fawzi, *Muslimin Vietnam dan Industri Halalnya*. Bekasi: Gramata Publishing, 2019.
- [6] Ernawati, "Analisis Peluang dan Tantangan Indonesia Dalam Meningkatkan Ekspor Makanan Olahan: Studi Kasus Negara Tujuan Ekspor Vietnam," *Buletin Litbang Ilmiah Perdagangan*, vol. 4, no. 1, pp. 1–23, 2010.
- [7] D. Amanah, F. Nadhira, and D. A. Harahap, "Usaha Makanan Sehat 'Onebiteroll' Bogor Dan Strategi Pengembangannya," *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JIPkM)*, vol. 1, no. 2, pp. 71–79, 2021.
- [8] J. Naim, A. Hidayat, and S. Y. Bustami, "Strategi Gastrodiplomasi Thailand dalam Sektor Pariwisata untuk Meningkatkan Kunjungan Wisatawan Mancanegara (Studi Kasus Gastrodiplomasi Thailand di Indonesia)," *Indonesian Journal of Global Discourse*, vol. 4, no. 1, pp. 35–45, 2022, doi: 10.29303/ijgd.v4i1.46.
- [9] D. Zulfikar, "Pengolahan Penyajian Makanan Negara Thailand," 2019.
- [10] J. A. Saputra and K. Bahrin, "Pengaruh Inovasi Produk, Kualitas Produk, Dan Bentuk Kemasan Terhadap Minat Beli Produk Tahu," *Jurnal Entrepreneur dan Manajemen Sains (JEMS)*, vol. 4, no. 1, pp. 138–146, 2023.
- [11] D. K. Wardani, F. Umardiyah, S. Prihatiningtyas, P. W. Putri, M. R. Ardianto, and A. R. Khakim, "Pemberdayaan Ibu-Ibu Pkk Rejosopinggir Dalam Membuat," *Khidmatuna Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 3, no. 2, pp. 79–89, 2023.
- [12] I. Gede Dharma Putra, I. Wayan Suryanto, and N. Made Erpia Ordani Astuti, "Project Based Learning Model in Increasing Student Creativity in The Fussion Food Penerapan Model Project Based Learning untuk Meningkatkan Kreativitas dan Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Fushion Food," *Jurnal Ekonomika, Bisnis, dan Humaniora (Jakadara)*, vol. 1, no. 2, pp. 99–106, 2022.
- [13] B. Indrawijaya, A. Paradiba, and S. A. Murni, "Uji Organoleptik dan Tingkat Ketahanan Produk Tahu Berpengawet Kitosan," *Jurnal Ilmiah Teknik Kimia UNPAM*, vol. 1, no. 2, 2017.
- [14] I. Ariyanti, "Ekosistem Kuliner Indonesia Berstandar Global," *PEDAGOGY*, vol. 10, no. 1, pp. 81–88, 2023.
- [15] E. Mulyatiningsih, "Teknik Sampling Random dan non Random," 2012.

- [16] D. Y. Hastati, A. Nuraeni, F. R. L, and W. Kuntari, “Penerapan Kemasan Dan Label Untuk Produk Olahan Singkong Di Kelompok Tani Barokah,” *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 3, no. 1, pp. 178–183, 2022, doi: 10.31004/cdj.v3i1.3647.